MyFreedomAI

LESEPROBE

DAS BUCH

KI VERSTEHEN

Der praktische Wegweiser für künstliche Intelligenz ab 45

18 Teile · 100 Prompts · 30-Tage-Trainingsprogramm

I M P R E S S U M

KI VERSTEHEN

Der praktische Wegweiser für künstliche Intelligenz ab 45

AUTOR UND HERAUSGEBER

Robert Kremer
Klosengartenstr. 80
50374 Erftstadt
Deutschland

KONTAKT

E-Mail: info@ki-scale.de
Webseite: www.myfreedomai.de

© 2026 Robert Kremer
Alle Rechte vorbehalten.

Dieses Werk einschließlich seiner Inhalte ist urheberrechtlich geschützt. Eine Vervielfältigung, Verbreitung, Bearbeitung oder öffentliche Zugänglichmachung über die gesetzlich zulässigen Fälle hinaus bedarf der vorherigen Zustimmung des Rechteinhabers.

Hinweis zur Verwendung künstlicher Intelligenz

Dieses Buch wurde unter Einsatz künstlicher Intelligenz erstellt.

KI-Systeme wurden insbesondere zur Unterstützung bei der Strukturierung, Formulierung, Überarbeitung und Aufbereitung von Inhalten eingesetzt.

Konzeption, Themenauswahl, redaktionelle Entscheidungen und Veröffentlichung liegen bei Robert Kremer.

Künstliche Intelligenz kann trotz sorgfältiger Anwendung fehlerhafte, unvollständige oder veraltete Informationen erzeugen. Wichtige Angaben sollten deshalb anhand geeigneter und aktueller Quellen überprüft werden.

Allgemeiner Hinweis

Die Inhalte dieses Buches dienen der allgemeinen Information und Weiterbildung. Sie stellen keine individuelle medizinische, rechtliche, steuerliche oder finanzielle Beratung dar.

KI-Systeme, Funktionen, Produktnamen, Preise, Nutzungsbedingungen und gesetzliche Rahmenbedingungen können sich nach Veröffentlichung dieses Buches verändern. Für aktuelle Informationen empfiehlt sich die Prüfung der jeweiligen Anbieter und einschlägigen Quellen.

Aktuelle Ergänzungen und weitere Informationen: www.myfreedomai.de

MyFreedomAI

04

TEIL 4

Dein erster Tag mit KI

Bis hierhin hast du gelernt, was künstliche Intelligenz ist, welche wichtigen KI-Systeme es gibt und wie du gute Arbeitsanweisungen formulierst.

Jetzt wird ausprobiert.

Für die folgenden Übungen brauchst du keine besonderen Computerkenntnisse.

Du benötigst lediglich Zugang zu einem KI-Assistenten wie ChatGPT, Gemini, Claude oder einem vergleichbaren System.

Nimm dir ungefähr **30 bis 60 Minuten** Zeit.

Du musst nicht alle Übungen auf einmal erledigen. Entscheidend ist, dass du selbst mit der KI arbeitest.

Denn KI versteht man nicht allein durchs Lesen.

Man versteht sie durchs Benutzen.

Übung 1 – Lass dir etwas erklären

Beginnen wir ganz einfach.

Wähle ein Thema, das dich interessiert.

Zum Beispiel:

- Solarenergie
- Inflation
- Blutdruck
- künstliche Intelligenz
- Elektromobilität
- Internet
- ETFs

Schreibe:

> PROMPT
> „Erkläre mir [THEMA] in einfacher Sprache. Gehe davon aus, dass ich keine Vorkenntnisse habe.“

Lies die Antwort.

Dann schreibe:

> „Erkläre mir dasselbe noch einfacher und verwende einen Vergleich aus dem Alltag.“

Was du dabei lernst

Du kannst den Schwierigkeitsgrad einer Erklärung beeinflussen.

Wenn du etwas nicht verstehst, musst du dich nicht mit der ersten Erklärung zufriedengeben.

Übung 2 – Stelle Rückfragen

Bleibe beim Thema aus Übung 1.

Frage beispielsweise:

> „Welcher Teil davon wird häufig missverstanden?“

Danach:

> „Erkläre mir genau diesen Punkt ausführlicher.“

Und anschließend:

> „Stelle mir drei Fragen, mit denen ich prüfen kann, ob ich das Thema verstanden habe.“

Was du dabei lernst

KI ist kein Lexikon, das dir nur eine fertige Antwort liefert.

Du kannst ein Gespräch entwickeln.

Frage → Antwort → Rückfrage → Vertiefung

Genau dadurch wird KI zu einem Lernwerkzeug.

Übung 3 – Lass einen Text verbessern

Nimm einen Text, den du selbst geschrieben hast.

Zum Beispiel:

- eine E-Mail,
- einen Brief,
- eine Produktbeschreibung,

- einen Social-Media-Beitrag.

Schreibe:

> PROMPT
> „Prüfe meinen Text auf Rechtschreibung und Grammatik. Behalte Inhalt und persönlichen Schreibstil möglichst bei.“

Danach kannst du ausprobieren:

> „Formuliere den Text etwas freundlicher.“

oder:

> „Kürze ihn um etwa 30 Prozent, ohne wichtige Informationen zu entfernen.“

Was du dabei lernst

Du musst der KI nicht immer die komplette Arbeit überlassen.

Oft ist es sinnvoller, einen eigenen Entwurf **verbessern** zu lassen.

Übung 4 – Erstelle eine E-Mail

Stell dir eine konkrete Situation vor.

Zum Beispiel:

Du hast eine Rechnung erhalten, die du nicht nachvollziehen kannst.

Schreibe:

> PROMPT
> „Erstelle eine höfliche E-Mail an ein Unternehmen. Ich habe eine Rechnung erhalten, deren Betrag ich nicht nachvollziehen kann. Ich möchte eine verständliche Aufstellung der berechneten Leistungen. Schreibe freundlich, aber bestimmt. Maximal 150 Wörter.“

Danach:

> „Erstelle eine zweite Version, etwas kürzer und direkter.“

Was du dabei lernst

Mit:

Situation + Ziel + Ton + Länge

kannst du schnell brauchbare Texte erzeugen.

Übung 5 – Lass dir etwas zusammenfassen

Nimm einen längeren Text, den du verwenden darfst.

Bitte die KI:

> „Fasse diesen Text in maximal zehn Punkten zusammen."

Danach:

> „Welche drei Informationen sind besonders wichtig?"

Anschließend:

> „Welche wichtigen Details könnten durch die Zusammenfassung verloren gegangen sein?"

Was du dabei lernst

Eine Zusammenfassung ist immer eine Auswahl.

Die KI entscheidet, welche Informationen sie hervorhebt.

Deshalb solltest du bei wichtigen Dokumenten nicht ausschließlich die Zusammenfassung lesen.

Übung 6 – Plane etwas

Jetzt verwenden wir KI als Planungshelfer.

Beispiel:

> PROMPT
> „Ich möchte meinen Keller aufräumen. Er ist ziemlich voll und ich möchte die Aufgabe nicht an einem Tag erledigen. Erstelle einen einfachen Plan für sieben Tage mit maximal 30 Minuten Arbeit pro Tag."

Natürlich kannst du ein anderes Projekt verwenden:

- Garten aufräumen,
- Reise vorbereiten,
- Wohnung renovieren,
- Unterlagen sortieren,

- eine Feier organisieren,
- einen Lernplan erstellen.

Was du dabei lernst

KI kann aus einem großen Vorhaben kleine, überschaubare Schritte machen.

Das ist eine ihrer praktischsten Fähigkeiten.

Übung 7 – Lass dir mehrere Möglichkeiten zeigen

Statt die KI nach **einer** Lösung zu fragen, verlangst du mehrere.

Beispiel:

> PROMPT
> „Ich möchte jeden Tag etwas mehr Bewegung in meinen Alltag bringen. Nenne mir fünf unterschiedliche Möglichkeiten, die jeweils höchstens 20 Minuten benötigen."

Danach:

> „Sortiere die Vorschläge nach Aufwand."

Oder:

> „Nenne zu jedem Vorschlag einen Vorteil und einen möglichen Nachteil."

Was du dabei lernst

KI muss nicht für dich entscheiden.

Sie kann dir Möglichkeiten zeigen, die **du anschließend bewertest**.

Das ist ein wichtiger Unterschied.

Übung 8 – Lass die KI widersprechen

Diese Übung ist besonders wertvoll.

Nimm eine Idee oder einen Plan.

Zum Beispiel:

> PROMPT
> „Ich möchte einen Online-Shop eröffnen und ausschließlich über Social Media Kunden gewinnen."

Bitte die KI zunächst:

> „Nenne mir die Vorteile dieser Idee."

Danach:

> „Jetzt suche gezielt nach Schwächen und Risiken. Stimme mir nicht automatisch zu."

Und schließlich:

> „Welche Fragen müsste ich beantworten, bevor ich diese Entscheidung treffe?"

Was du dabei lernst

KI sollte nicht nur bestätigen, was du ohnehin denkst.

Du kannst sie bewusst einsetzen, um deine eigenen Annahmen zu hinterfragen.

Übung 9 – Prüfe die KI

Jetzt drehen wir die Rollen um.

Nicht die KI prüft dich.

Du prüfst die KI.

Wähle ein Thema, bei dem du dich gut auskennst.

Stelle fünf Fragen.

Bewerte jede Antwort:

✓ richtig

? unsicher

✗ falsch

Danach schreibe:

> PROMPT
> „Prüfe deine bisherigen Antworten noch einmal kritisch. Welche Aussage könnte falsch, ungenau oder missverständlich sein?"

Vergleiche die Selbstkritik der KI mit deiner eigenen Einschätzung.

Was du dabei lernst

Eine KI kann überzeugend formulieren und trotzdem Fehler machen.

Deshalb ist gesundes Misstrauen keine Ablehnung von KI.

Es ist ein Bestandteil guter KI-Nutzung.

Übung 10 – Löse eine echte Aufgabe

Jetzt kommt die wichtigste Übung.

Keine künstliche Beispielaufgabe.

Nimm etwas, das du **heute tatsächlich erledigen musst**.

Vielleicht:

- eine E-Mail beantworten,
- einen Brief verstehen,
- einen Termin vorbereiten,
- Informationen vergleichen,
- eine Reise planen,
- einen Text schreiben,
- eine Einkaufsliste erstellen,
- eine Entscheidung vorbereiten,
- etwas lernen.

Beginne mit:

> **PROMPT**
> „Ich möchte heute folgende Aufgabe erledigen: [AUFGABE]. Hilf mir dabei Schritt für Schritt. Stelle mir zuerst die Fragen, die du brauchst."

Jetzt arbeitest du gemeinsam mit der KI, bis die Aufgabe erledigt ist.

Was du dabei lernst

Das ist der entscheidende Schritt.

Du verwendest KI nicht mehr zum Ausprobieren.

Du verwendest sie als **Werkzeug für deinen Alltag**.

Die 15-Minuten-Methode

Falls dir zehn Übungen zunächst zu viel sind, verwende diese Kurzversion.

5 Minuten – Verstehen

Lass dir etwas erklären, das du bisher nicht verstanden hast.

5 Minuten – Erledigen

Lass dir bei einer echten kleinen Aufgabe helfen.

5 Minuten – Verbessern

Nimm das Ergebnis und arbeite gemeinsam mit der KI daran weiter.

Diese 15 Minuten reichen aus, um ein Gefühl für die Zusammenarbeit zu entwickeln.

Dein kleines KI-Tagebuch

Wenn du möchtest, notiere während der ersten Wochen besonders hilfreiche Anwendungen.

Eine einfache Tabelle genügt:

Aufgabe	Was hat die KI gemacht?	Ergebnis	Würde ich es wieder nutzen?
E-Mail	Entwurf erstellt	gut	ja
Reise	Orte vorgeschlagen	teilweise gut	ja
Fachfrage	Erklärung erstellt	musste prüfen	mit Kontrolle

Nach einigen Wochen erkennst du, **wo KI für deinen persönlichen Alltag tatsächlich wertvoll ist.**

Das ist wichtiger als jede Liste mit 500 KI-Funktionen.

Drei Gewohnheiten für deinen Start

Wenn du nur drei Dinge aus diesem Praxisteil mitnimmst, dann diese:

1. Nachfragen

Wenn du etwas nicht verstehst, lass es anders erklären.

2. Weiterarbeiten

Betrachte die erste Antwort als Entwurf.

3. Kontrollieren

Je wichtiger die Information, desto wichtiger die Überprüfung.

Diese drei Gewohnheiten machen einen enormen Unterschied.

Du kannst nichts „kaputtfragen“

Viele Einsteiger sind zunächst vorsichtig.

Sie überlegen:

> „Kann ich das so fragen?“

> „Ist meine Frage vielleicht falsch formuliert?“

> „Muss ich bestimmte Befehle kennen?“

Nein.

Beginne einfach.

Wenn die KI dich falsch versteht, formulierst du neu.

Wenn die Antwort zu kompliziert ist, sagst du:

> „Erkläre es einfacher.“

Wenn sie zu lang ist:

> „Fasse es kürzer zusammen.“

Wenn etwas fehlt:

> „Ergänze diesen Punkt.“

Du lernst durch das Gespräch.

Ein wichtiger Unterschied

Nach diesen Übungen solltest du KI nicht mehr als Maschine betrachten, bei der du den perfekten Befehl kennen musst.

Denke eher an einen sehr schnellen Assistenten.

Du erklärst eine Aufgabe.

Du bekommst einen Entwurf.

Du stellst Rückfragen.

Du korrigierst.

Du überprüfst.

Und am Ende entscheidest du.

> ★ **MERKSATZ**
>
> **Du lernst KI nicht, indem du jeden Fachbegriff kennst.**
>
> **Du lernst KI, indem du sie für echte Aufgaben benutzt und ihre Ergebnisse kritisch kontrollierst.**

Nach deinem ersten Tag

Wenn du diese Übungen durchgeführt hast, kannst du bereits:

Fragen stellen

Erklärungen anpassen

Texte verbessern

E-Mails erstellen

Informationen zusammenfassen

Pläne entwickeln

Alternativen vergleichen

Gegenargumente suchen

KI-Antworten kritisch prüfen

und

echte Aufgaben gemeinsam mit einer KI bearbeiten.

Damit hast du die wichtigste Einstiegshürde überwunden.

Nun übertragen wir diese Fähigkeiten auf Situationen, die fast jeder kennt.

MyFreedomAI

LESEPROBE

Das war Teil 4 von 18.

Im vollständigen Buch „KI verstehen“ erwarten dich auf 574 Seiten:

- 18 Teile – von den Grundlagen bis zur Zukunft mit KI
- 100 Prompts für den Alltag zum Kopieren
- Das 30-Tage-Trainingsprogramm
- ChatGPT, Gemini, Claude & Co. verständlich erklärt
- Datenschutz & Sicherheit: was du einer KI nicht verraten solltest

Als PDF für 19,90 €

Erhältlich auf a-z-ki.com und myfreedomai.de

Fragen? info@ki-scale.de